

## ORIENTAÇÕES DE DIETA COM RESTRIÇÃO DE FÓSFORO

### Alimentos **RICOS** em Fósforo: **EVITAR**

- **Carnes em geral**: boi, frango, peixe e porco; sardinha, miúdos de frango, fígado de vaca, linguiça, salsicha, presunto;
  - **Leite e derivados de leite**: queijo, iogurte, requeijão, ricota e doces à base de leite, como sorvete, doce de leite, chocolate;
  - **Ovos**, gema
  - **Grãos**: Feijão, lentilha, grão de bico e soja;
  - **Amendoim e preparações à base de amendoim, castanha de caju, nozes ou avelã**;
  - **Bebidas**: cerveja e refrigerantes à base de cola (Coca-Cola, Pepsi), chocolates.
-